

Årsrapport 2015

Rapport over aktivitet ved Ressurscenter for Hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst i 2015

Med vennlig hilsen

LHL-klinikkene Feiring

Hanne Aandstad

Ressurscenter Hjerterehabilitering Helse Sør-Øst

Rapporten er sendt i papirform og på epost til:

Heidi Blindheim, Helse Sør Øst RHF

Kopi er sendt på epost til:

Tove Hæreid Otterstad, Helse Sør Øst RHF

Kirsten Sæther, Sunnaas Sykehus HF

Siri Skumlien, LHL

Innhold

Årsrapport 2015.....	3
Ressurssenter for Hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst	3
LHL-klinikkene Feiring	3
1. Personell/organisering (RS-teamet)	3
2. Seminarvirksomhet.....	3
2.1 Teoretisk seminar 19.03.15	3
2.2 Basiskurs i hjerterehabilitering 16.09.15.....	4
2.3 Praktisk hjerterehabiliteringsseminar 17.09.15	5
3. Hjemmeside.....	6
4. 10. samling i nettverk for hjerterehabilitering 26.11.15	7
5. Prosjektarbeid.....	8
5.1 Kommunekartlegging 2015	8
5.2 Mini-brosjyre over hjerterehabiliteringstilbud	9
5.3 Informasjon til fremmedspråklige.....	10
6. Eksterne oppdrag/ markedsføring av RS	10
7. Faglig oppdatering/ møtevirksomhet/ hospitering.....	11
7. Møter for RS-teamet	12

Årsrapport 2015

Ressurssenter for Hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst

LHL-klinikkene Feiring

Følgende rapporteringen tar for seg aktivitet ved Ressurssenter for hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst (RS) i 2015.

1. Personell/organisering (RS-teamet)

Leder i 2015 har vært Spesialfysioterapeut Hanne Aandstad i 70-85 %, i tillegg har Grethe Frank Strand (tidligere Grethe Bjerke Frank) jobbet 20-40 % for Ressurssenteret.

I tillegg har Spesialsykepleier/avdelingsleder Nils Erling Myhr og Overlege og spesialist i Samfunnsmedisin Dag Elle Rivrud bidratt ved behov gjennom hele året

I tillegg til disse ressursene har vi kjøpt ekstern konsulenthjelp fra Survey Exact, Rambøll Management i forbindelse med prosjektet "Kommunekartegging". Vi har også hatt mye hjelp fra Eirik Harstad i LHL, både relatert til lanseringen av ny hjemmesideprofil, og ved generell publisering av innhold på hjemmesiden gjennom året.

2. Seminarvirksomhet

2.1 Teoretisk seminar 19.03.15

Det teoretiske hjerterehabiliteringsseminaret ble arrangert onsdag 19. mars med 80 deltakere, et antall vi er svært fornøyd med. Målgruppen for seminaret er helsepersonell som jobber med/har interesse for hjertepasienter i en rehabiliteringsfase, og andre som veileder, underviser eller er i dialog med hjertepasienter. Invitasjoner ble sendt til sykehus, rehabiliteringsinstitusjoner, kommuner, treningssentre, relevante høyskoler og universiteter hovedsakelig i helseregionen Sør Øst. Informasjon om seminarene ble også lagt ut på www.hjerterehab.no og www.lhl.no. Seminaret ble også annonsert i fagbladet Sykepleien. Det var sykepleiere og fysioterapeuter fra spesialisthelsetjenesten som i hovedsak deltok på dette seminaret. Temaene var relevante for både flere faggrupper og ikke minst for flere fra kommunehelsetjenesten. Hva som er årsaken til at så få fra dette tjenestenivået deltok på seminaret er vi fortsatt litt forundret over.

I år valgte vi å konsentrere oss om ett hovedtema: Kommunikasjon. Kommunikasjon er et tema som er relevant for alle faggrupper, og gjennom å belyse temaet fra ulike vinkler var dette noe som vi mente ville berøre og være relevant for mange.

Lege Bård Fossli Jensen startet dagen med sitt foredrag "Kommunikasjon med hjertepasienter – profesjonell eller glad amatør?", hvor vi ble utfordret på blant annet refleksjon rundt profesjonell og tillitsskapende kommunikasjon. Den viktige "brukerstemmen" ble i år ivaretatt av Hanna Pedersen

som ga oss et innblikk i hvordan hun har opplevd sin sykdomshistorie etter hjertestans og innsatt ICD. Videre hadde vi foredrag både av professor Aksel Tjora, NTNU og overlege Sidsel Graff-Iversen, FHI. Warsame Ali fra NAKMI, snakket om kommunikasjon og språkbarrierer. Det sistnevnte foredraget var spesielt viktig for å komplimentere prosjektet "Informasjon til fremmedspråklige", som Ressurssenteret har hatt som fokusområdet siden 2014.

Evalueringen viste generelt gode resultater. Deltakerne scorer evalueringen på en skala fra 1-10 hvor 10 er best. Vi var spente på hvordan temaet "Kommunikasjon" ble mottatt. På spørsmålet "Hva synes du om å ha kommunikasjon som hovedtema for seminaret" ble gjennomsnittscoren 8,9. Det var vi veldig fornøyd med. I tillegg fikk vi god score på hvor fornøyde deltakerne var med "dagen som helhet", hvor scoren var: 7,9.

Vi hadde forelesningen av Aksel Tjora via funksjonen "Virtuelt møterom". Dette er en internettbasert løsning, hvor Aksel Tjora foreleste via sin PC på NTNU med direkte overføring til lerretet på Feiring. Dette var dessverre ingen god løsning, siden internettforbindingen var for ustabil i perioder. Mange av evalueringene bar preg av kommentarer rundt dette. Vi mener det er viktig å prøve ut slike alternative forelesningsmetoder, spesielt med tanke på å kunne nå aktuelle fagfolk, som ikke så lettvis kan komme fra klinisk eller akademisk hverdag. Denne gangen fungerte det dessverre ikke godt nok, men vi vil se på muligheten for å gjøre dette alternativet bedre til en eventuell neste gang.

Alt i alt er vi svært fornøyde med at vi ligger på et stabilt høyt antall deltakere, og at vi klarer å engasjere relevante, interessante og dyktige foredragsholdere til seminaret, som leverer slik vi og deltakerne forventer.

2.2 Basiskurs i hjerterehabilitering 16.09.15

Det årlige Basiskurset ble arrangert onsdag 16. september. Basiskurset retter seg mot tverrfaglig helsepersonell som er nye innen hjerterehabiliteringsfeltet, og/eller de som trenger en oppdatering på de grunnleggende teoretiske og praktiske elementene i møte med hjertepasienter i en rehabiliteringsfase. Dette var sjuende gangen kurset ble arrangert. Basiskurset har fast program og innhold, og foredragsholderne er ansatte ved rehabiliteringsavdelingen på LHL-klinikkene Feiring.

Kurset var også i år populært, og samlet 60 deltakere med variert fagbakgrunn og fra ulike deler av rehabiliteringsfeltet. Programmet på Basiskurset har fokus på koronar hjertesykdom og inneholder følgende sesjoner:

- Hva er helhetlig hjerterehabilitering?
- Sykdomslære
- Kosthold
- Tobakksavvenning
- "Å leve med hjertesykdom"
- Treningslære
- Praktisk treningsøkt

Vi gjennomfører alltid evaluering av kursdagene våre på en skala fra 0-10, hvor 10 er beste oppnådde score.

De 6 faste forelesningstemaene fikk denne gangen en gjennomsnittsscore på 8,4. Sesjonen " Å leve med hjertesykdom" er et tema vi tidligere har slitt med å formidle på en måte som deltakerne opplever som nyttig. I år valgte vi å invitere en brukerrepresentant for å ivareta denne sesjonen, sammen og i dialog med en ansatt ved rehabiliteringsavdelingen. Dette var veldig vellykket, og temaet fikk i år en gjennomsnittsscore på hyggelige 9,4.

En annen endring vi gjorde i år var å ha fokus på tobakksavvenning, og ikke bare på røykavvenning. Sesjonen tok derfor i stor grad også for seg snus og skadevirkningene av dette nikotinproduktet. Økningen på bruken av snus er spesielt urovekkende hos unge. I tillegg blir det i stor grad oppfattet som et overgangsmiddel fra røyker til røykfri. Vi ønsket å sette fokus på disse trendene og opplevde at dette ble godt tatt i mot av deltakerne.

Den praktiske gjennomføringen av dagen fikk score på 8,8, møteleder 8,7 og lunsj 9,4. På spørsmål om hvor fornøyd deltakerne var med "Dagen som helhet" oppnådde vi scoren 9.

Med bakgrunn i denne evalueringen mener vi at seminaret bør fortsette å være en del av vår kursportefølje.

2.3 Praktisk hjerterehabiliteringsseminar 17.09.15

Dagen etter Basiskurset, torsdag 17. september, arrangerte vi for sjuende gang Praktisk hjerterehabiliteringsseminar. Det var rundt 60 deltakere påmeldt, fra ulike aktører innen hjerterehabiliteringsfeltet. Om lag 40 av deltakere hadde deltatt på Basiskurset dagen før.

Målgruppen for seminaret var tverrfaglig helsepersonell som jobber med hjerterehabilitering. Seminaret var lagt opp som en kombinasjon av fellessesjoner med foredrag og parallellsesjoner med ulike praktiske og teoretiske økter. Det er fokus på praktisk informasjon, oppdatering og erfaringsutveksling, og det er gode muligheter for spørsmål og dialog. Innholdet i de ulike sesjonene var variert og aktuelt.

Fellessesjoner:

- TAVI (Transcatheter Aortic Valve Implantation) - indikasjoner for behandling, prosedyren og retningslinjer for tiden etter behandling
v/ overlege Rasmus Moer, LHL-klinikkene Feiring
- Kolesterol – hvilke faktorer i kostholdet har betydning?
v/ klinisk ernæringsfysiolog Laila Dufseth, LHL-klinikkene Feiring
- Mot målet – med tankens kraft som motor!
v/ fysioterapeut Tommy Olsen, leder INPUT Hamar og sportssjef Wang Toppidrettsgymnas

- "Harrahjerte" og andre helseplager – fra kvaetyggende tømmerhoggere til moderne skiløpere i kondomdress. Et kåseri om skihistorie, helseplager og legevitenenskap v/ folkeminnegransker Thor Gotaas.

Parallellsesjon 1:

- A. Hjertetrin i gymsalen, med fokus på regulering av intensitet v/ idrettspedagog Odd Erling Børstad, LHL-klinikkene Feiring
- B. Arbeidsfysiologisk testing av hjertepasienter v/ overlege og testassistent fra LHL-klinikkene, Feiring
- C. Sammenhengen mellom psykisk helse og levestilene områdene trening og kosthold v/ idrettspedagog Heidi Myklemyr, Modum Frisklivssentral
- D. Sjømat-kjøkken; Praktisk matlaging av fristende retter med fisk og sjømat v/ klinisk ernæringsfysiolog Laila Dufseth, LHL-klinikkene Feiring

Parallellsesjon 2:

- A. "Er et blodtrykk kun et BT"? Teoretisk og praktisk gjennomgang av blodtrykksmåling v/ sykepleier Anne Dahlum, LHL-klinikkene Feiring
- B. Motbakke-trening 4x4, også for hjertepasienter? v/ Spesialsykepleier Nils Erling Myhr LHL-klinikkene Feiring
- C. Søte og sunne fristelser – Praktisk matlaging av søte retter med en sunnere vri v/ klinisk ernæringsfysiolog Laila Dufseth, LHL-klinikkene Feiring
- D. Når bobla sprekker! Fra trygghet i medisinske omgivelser og fast dagsprogram til hverdagens realiteter v/ fysioterapeutene Dag Helge Iversen og Cesilie Stenbakken, LHL-klinikkene Feiring.

Evalueringen av det praktiske hjerterehabiliteringsseminaret viste at vi klarte å nå frem til deltakerne med interessante og relevante temaer både på fellessesjonene og på de mer praktiske sesjonene. På dette kurset fikk de 4 fellesforelesningene en gjennomsnittskarakter på 9 og parallellsesjonene fikk en gjennomsnittskarakter på 8,7. "Dagen som helhet" fikk karakteren 9,2.

Hvis vi ser både det praktiske hjerterehabiliteringsseminaret og basiskurset under ett mener vi at begge kursene appellerer til den aktuelle målgruppen, og mange deltakere kombinerer de to kursene.

3. Hjemmeside

Hjemmesiden www.hjerterehab.no fungerer som en kommunikasjonskanal fra RS og ut i fagfeltet, samt fra representantene i nettverket tilbake til Ressurssenteret. Hjemmesiden er en åpen side som

andre interesserte (for eksempel pasienter og helsepersonell fra andre helseregioner) fritt har tilgang til.

I år har vi jobbet mot lansering av ny hjemmesideprofil. I denne prosessen har vi gjennomgått hele siden, inkludert alle undersider og linker. Informasjonen og plassering er nøye diskutert og vurdert. Vi har ryddet og "ommøblert", og mener at siden nå virkelig har fått et løft både med tanke på innhold og brukervennlighet. Den nye profilen er tilpasset bruk på smarttelefoner og nettbrett, slik at informasjonen blir lettere tilgjengelig også på slike enheter.

I prosessen har vi gjennomgått og oppdatert informasjonen om rehabiliteringstilbudene i både spesialist- og kommunehelsetjenesten. I tillegg har vi supplert med informasjon om hjerterehabilitering og tilhørende underelementer på 14 språk via oppdaterte linker. Kalenderen er oppdatert med informasjon om relevante og aktuelle kurs og seminarer internasjonalt og nasjonalt. Utover dette er det nye hverdagsverktøyet i form av en lommebrosjyre med oversikt over alle hjerterehabiliteringsaktører i regionen er lagt ut på siden, og tatt vel i mot.

Endelig har vi i 2015 tatt i bruk et søkeverktøy relatert til å identifisere brutte lenker på hjemmesiden. Verktøyet heter: "Dead link checker", og identifiseringen gjøres i samarbeid med Eirik Harstad i LHL. Hjemmesiden www.hjerterehab.no er i stor grad bygget opp med aktive linker til blant annet tilbudene i kommunene, språkverktøy, fagstoff etc. Gjennom å velge en slik interaktiv metode å formidle informasjon på, er vi sårbare når disse linkene ikke fungerer. Det nevnte programmet identifiserer de brutte linkene for oss, slik at vi raskt og effektivt kan gå inn å søke opp den rette linken og legge riktig link under tilhørende fane/overskrift. Vi legger inn en slik lenke-sjekk månedlig, for å sørge for at informasjonen på hjemmesiden kontinuerlig er tilgjengelig.

Dette har totalt sett vært en stor jobb, men vi er svært stolte over den nye hjemmesideprofilen vår og alt av innhold som nå ligger tilgjengelig. Vi mener at siden er et godt hverdagsverktøy for helsepersonell og andre som jobber med hjertepasienter i en rehabiliteringsfase. Adressen er fortsatt den samme, og vi oppfordrer til å ta en titt på www.hjerterehab.no

4. 10. samling i nettverk for hjerterehabilitering 26.11.15

Torsdag 26.11.15 arrangerte Ressurssenteret 10. samling i nettverk for hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst.

40 deltakere var samlet på LHL-klinikkene Feiring denne novemberdagen hvor dagsaktuelle tema ble presentert.

Programmet for dagen var sammensatt, med en blanding av forelesninger og diskusjonstemaer relatert til forelesningene:

- Presentasjon av Helsedirektoratets *Veileder om habilitering og rehabilitering, individuell plan og koordinator*, sett i relasjon til *Primærhelsemeldingen (Meld. St. 26)* v/ seniorrådgiver Sigrunn Gjønnnes, Helsedirektoratet, Avdeling minoritetshelse og rehabilitering
- Ressurssenterets kommunekartlegging 2015; Hvordan ivaretas ansvaret for tilbud innen hjerterehabilitering i kommunene i HSØ – 3 år etter innføringen av

Samhandlingsreformen? v/ Hanne Aandstad, Ressurscenter for hjerterehabilitering i HSØ

- "Jakten på et bedre liv" - nordmenns aktivitetsnivå, sett i lys av motivasjon og barrierer v/ Professor Gunnar Breivik, Seksjon for kultur og samfunn, Norges Idrettshøgskole
- Presentasjon av prosjektet "Take Heart", en europeisk undersøkelse med hensikt å kartlegge tilbudet om hjerterehabilitering i fem forskjellige europeiske land v/ Hanne Aandstad

Vi gjennomfører alltid evaluering av nettverkssamlingene våre med en skala fra 0-10 hvor 10 er beste oppnådde karakter. På denne samlingen fikk de 4 presentasjonene en gjennomsnittskarakter på 8,4. Den praktiske gjennomføringen fikk karakteren 9,6 og "Dagen som helhet" ble evaluert til karakteren 8,7.

Det er noen tilbakemeldinger på at det kunne vært enda bedre tid til dialog, diskusjon og erfaringsutveksling. Vi har tidligere hatt god erfaring med en type "dialog-café", noe som vi nok bør vurdere for neste samling. I tillegg har det kommet forslag om en type presentasjonsrunde ved starten av samlingen. Dette oppleves som et spennende innspill som vi vil vurdere for den kommende samlingen i 2016.

5. Prosjektarbeid

Fagutvikling gjennom prosjektarbeid gir oss mulighet til å sette fokus på dagsaktuelle tema. Spesielt ser vi det som positivt å kunne involvere representanter fra nettverket i prosjektene. I 2015 er vi spesielt fornøyde med å ha ferdigstilt kommunekartleggingen, som har gitt oss ny og nyttig informasjon om status på de lokale tilbudene til hjertepasienter i en hjerterehabiliteringsprosess. Utover dette har prosjektet med å utvikle en mini-brosjyre over tilbud til hjertepasienter på sykehus og ved private rehabiliteringsinstitusjoner i Helse Sør-Øst blitt mottatt svært godt. Selv om all denne informasjonen ligger godt synlig på vår hjemmeside, er det tydelig at en fysisk brosjyre i form av en "lommebrosjyre" har vært etterlengtet. Tilgjengelighet av informasjon på fremmedspråk er, sett i lys av flyktningekrisen i høst, blitt enda mer aktuelt enn vi kunne forestilt oss da vi initierte prosjektet. Vi er glad for å ha disse linkene på plass, som et nyttig og viktig verktøy for våre kollegaer i deres kliniske hverdag.

5.1 Kommunekartlegging 2015

Kommunekartleggingen 2015 har vært et av de viktigste prosjektene Ressurscenteret har jobbet med i 2015. Rapporten er nå ferdigstilt og sendt Helse Sør-Øst, samt at den er lagt ut på www.hjerterehab.no.

Hensikten med Kommunekartleggingen har vært å utvikle en bedre oversikt over aktuelle tilbud til hjertepasienter i kommunehelsetjenesten, samt å kartlegge eventuelt behov for økt kompetanse om hjerterehabilitering lokalt. Dette har vært en spennende kartlegging, som vil kunne gi et godt bilde på status innen fagfeltet hjerterehabilitering, nærmere 4 år etter innføringen av Samhandlingsreformen.

Kartleggingen er gjort elektronisk i samarbeid med Survey Exact, et komplett internetbasert spørreskjema/survey system. Våre fokusområder omhandler omfanget av private og kommunale lokale tilbud til hjertepasienter i en rehabiliteringsprosess, kommunale frisklivssentraler, kommunale Koordinerende Enheter og behovet for kompetanse på hjerterehabilitering.

Arbeidet med rapporten har vært omfattende, krevende men også svært interessant og viktig.

Arbeidsprosessen har fått oss til å løfte blikket og betrakte hjerterehabiliteringsfeltet i lys av aktuelle reformer, forskrifter og lover, og ikke minst praksis. Prosessen har vært både lærerikt og utfordrende.

Resultatene viser at mange kommuner har etablert frisklivssentraler med relevante tilbud for hjertepasienter, men det er samtidig bekymringsfullt at tverrfagligheten ved frisklivssentralene generelt ikke synes godt nok ivaretatt. Øvrige tilbud til hjertepasienter med rehabiliteringsbehov er også generelt sett dårlig ivaretatt i kommunene. Når det gjelder kompetanse oppgir over halvparten av kommunene behov for kompetanseheving, mange også på det grunnleggende temaet "Rehabilitering som fagfelt". Kartleggingen viser også at flere de kommunale koordinerende enhetene har relativt lav kunnskap om egne tilbud. Dette er både overraskende og bekymringsfullt, særlig med tanke på at kommunale koordinerende enheter har vært en lovpålagt tjeneste i nærmere 15 år. Tilbudene kommunene kan tilby hjertepasienter i en rehabiliteringsfase er de fleste steder marginale.

Vi mener rapporten er en viktig rapport, som gir et godt bilde på statusen innen hjerterehabilitering i vår region. Spesielt mener vi rapporten gir innsikt i utfordringene som finnes med tanke på ansvarsfordelingen for rehabilitering mellom spesialisthelsetjenesten og kommunehelsetjenesten, den viser at kommunehelsetjenestens har et utviklingspotensiale for å kunne bidra til ivaretagelse av hjertepasienter i en rehabiliteringsprosess og ikke minst det tydelige behovet vi mener å se for felles nasjonale retningslinjer for hjerterehabilitering i Norge. Resultatene fra denne rapporten er også relevante å vurdere i lys av den kommende Opptappingsplanen for rehabilitering som kommer i 2016.

Rapporten finnes fra uke 9 tilgjengelig på www.hjerterehab.no, og er sendt Helse Sør-Øst per post og mail.

5.2 Mini-brosjyre over hjerterehabiliteringstilbud

Kartleggingen av hjerterehabiliteringstilbud i spesialisthelsetjenesten i Helse Sør-Øst er tidligere gjennomført, og rapporten ble ferdigstilt i 2014. Med bakgrunn i endringene i tjenestetilbudet fra 01.01.15, har det vært behov for en oppdatering av oversikten over hjerterehabiliteringstilbudene i regionen, også utover det som står i kartleggingsrapporten. Det har i tillegg vært ytre ønske fra nettverket vårt om å lage en såkalt "lommebrosjyre".

Lommebrosjyren er ferdigstilt og lagt ut som PDF på hjemmesiden vår www.hjerterehab.no. Vi har i tillegg lagt ut et informasjonsskriv som forklarer litt om bruken av brosjyren og tips til utskrift.

Videre er det distribuert ut 5-10 eksemplarer i papirversjon per post til kontaktpersonene i vårt nettverk i Helse Sør-Øst, for på denne måten å gjøre lommebrosjyren kjent blant tilbudsaktørene.

Tilbakemeldingene på brosjyren har vært utelukkende positive. Selv om denne informasjonen allerede ligger godt synlig på vår hjemmeside, er det tydelig at en fysisk brosjyre som denne "lommebrosjyren" har vært etterlengtet. Vi mener dette er et godt verktøy for helsepersonell i møte med hjertepasienter som trenger veiledning om aktuelle rehabiliteringstilbud i Helse Sør-Øst.

5.3 Informasjon til fremmedspråklige

Helt tilbake fra I 2013 har Ressurssenteret hatt spesielt fokus på å synliggjøre aktuell og tilgjengelig informasjon om hjerterehabilitering på ulike språk. Mye godt arbeid ble gjort i 2014 (for mer informasjon, se Ressurssenterets Årsrapport for 2014). I 2015 har vi hatt fokus på å ferdigstille prosjektrapporten til arbeidsgruppen. Rapporten kan lastes ned fra www.hjerterehab.no. En av hovedkonklusjonene i rapporten er viktigheten av en elektronisk oversikt over tilgjengelig informasjon organisert etter språk og tema. I tillegg til å ferdigstille sluttrapporten har vi derfor lagt ut informasjon om hjerterehabilitering og tilhørende underelementer på 14 språk via oppdaterte linker på hjemmesiden til ressurscenteret www.hjerterehab.no. Vi har tro på at dette blir et godt hverdagsverktøy for helsepersonell som er i dialog med personer med annet morsmål enn norsk.

6. Eksterne oppdrag/ markedsføring av RS

Ressurssenteret får med jevne mellomrom eksterne forespørsler om innspill, foredrag, pasientvurderinger o.a. I denne perioden har Hanne Aandstad holdt foredrag på Norsk Sykehus- og helsetjenesteforening sin nasjonale rehabiliteringskongress. Tema for foredraget var Ressurssenterets arbeid og hva vi kan bidra med inn i fagfeltet.

Hanne Aandstad har i tillegg vært på besøk hos to av de nye tilbudsaktørene innen hjerterehabilitering fra 2015: Hokksund Rehabiliteringssenter og Godthaab Helse og Rehabilitering. Disse møtene har vært relativt uformelle med hovedmål om å bli litt bedre kjent med tilbudsaktøren og aktuelle ansatte, samt gi oss mulighet til å fortelle om Ressurssenteret og hva vi kan bidra med.

Nils Erling Myhr og Hanne Aandstad var deltakere på sentrale deler av et møte i den internasjonale arbeidsgruppen for prosjektet Take Heart. Møtet ble avholdt på LHL klinikkene Feiring 11.09.15.

Take Heart er en europeisk undersøkelse med hensikt å kartlegge tilbudet om hjerterehabilitering i fem forskjellige europeiske land. Overlege ved rehabiliteringsavdelingen ved LHL klinikkene Feiring Jostein Grimsmo er sammen med Diakonhjemmets Erik Ekker Solberg de nasjonale representantene inn i prosjektet.

7. Faglig oppdatering/ møtevirksomhet/ hospitering

RS-teamet har fokus på faglig oppdatering, og medlemmene i teamet deltar regelmessig på interne og eksterne møter, kurs og seminarer. Dette mener vi er viktig for å holde oss faglig oppdatert, være synlige i regionen og videreutvikle nettverk og kontakter. Rehabiliteringsavdelingen avholder regelmessige internundervisninger og er imøtekommende ved forespørsler om hospitering eller praksisperioder.

Eksterne seminar/møter/kongresser hvor RS-representanter har vært representert

- 27.01.15: LHLs Helsekonferanse: Helsebarometeret – Hanne Aandstad og Nils Erling Myhr
- 04.-06.03.15: Fysioterapikongressen 2015, Lillestrøm - Hanne Aandstad
- 29.-30.04.15: Samling i ledernetverk Rehabilitering i regi av RKR, Sunnaas – Hanne Aandstad og Nils Erling Myhr
- Dag Elle Rivrud deltok på Nasjonalt Diabetsforum 2 dager i april
- Nils Erling Myhr har gjennom året deltatt på styremøter og medlemssamlinger i Virke Rehab.
- 22.06.15: fagdag på Senter for pasientmedvirkning og samhandling – Hanne Aandstad
- 30. 09.15: Hanne Aandstad og Nils Erling Myhr deltok på RKR's ledersamling, rehabilitering HSØ, Oslo
- Hanne Aandstad og Nils Erling Myhr deltok på møte i prosjektet Take Heart

Hospiteringer

Rehabiliteringsavdelingen og Ressurssenteret har jevnlig hospiteringer fra institusjoner og sykehus, og har i 2015 hatt følgende besøk:

- 1 Fysioterapistudent fra Høgskolen i Oslo og Akershus, 9 uker
- 1 Fysioterapeut fra Gjerdrum kommune, 1 dag
- 1 Bachelorstudent i samfunnsnærings fra Høgskolen i Oslo og Akershus, 1 dag
- 1 student i Friskliv og lokalt folkehelsearbeid fra Folkeuniversitetet, 3 uker
- 1 Kommunefysioterapeut fra Ullensaker kommune, 2 dager
- 1 spl med videreutdanning i kardiologisk sykepleie ved Universitetet i Bergen, 2 dager
- 2 idrettspedagogstudenter fra Høgskolen i Lillehammer, 3 uker
- 1 student fra Norges Idrettshøgskole, 3 uker
- Fysikalsk medisiner, KEF, fysioterapeut og idrettsp fra Kurbadet i Tromsø, 2 dager
- 2 fysioterapistudenter i 4 uker fra Høgskolen i Oslo og Akershus
- 1 intensivsykepleierstudent i 1 uke fra Høgskolen i Hedmark
- 1 student i videreutdanning i rehabilitering i 1 uke fra Fagskolen i Hedmark
- 1 fysioterapeut i 1 dag fra kommunal frisklivssentral
- 1 turnusfysioterapeut i 1 dag fra Eidsvoll kommune
- 1 fysioterapistudent i 9 uker fra Høgskolen i Oslo og Akershus
- 1 legestudent (norsk som studerer i Polen) i 1 dag
- 2 fysioterapeuter i 1 dag fra Stangehallen riksanelegg AS
- 3 fysioterapeuter i 1 dag fra LHL-klinikkene Feiring, Kirurgisk sengepost

- 2 KEF i 1 dag fra LHL-klinikkene Glittre
- 2 Spl i 1 dag fra LHL-klinikkene Glittre
- 1 ergo og 1 spl i en dag fra Hokksund rehabiliteringssenter
- 1 idrettspedagog 2 dager fra Røysumtunet
- Personlig Trener fra treningssenter i Ski, 2 dager
- Fysioterapeut fra LHL-klinikkene Feiring, Kirurgisk sengepost, 1 dag

Internundervisningstema ved Rehabiliteringsavdelingen ved LHL-klinikkene Feiring i 2015

Etnisitet og akutt hjerteinfarkt

Ambulansepersonalets møte med hjerterpasienten

Referat fra atrieflimmerkurs

Tolking av EKG, del I

Tolking av EKG, del II

Tolking av EKG, del III

Tolking av EKG, del IV

Presentasjon av prosjektet "Sammen får vi et friskere liv"

Hjertesvikt og trening – refresh

Referat fra Diabetesforum

LVAD

Hjertesvikt

Nytt fra diabetesbehandling

Gjennomgang av testrutiner

Snus

Sykdomslære del 1, fokus på risikofaktorer og forebygging

Sykdomslære del 2, fokus på utredning og behandling

HLR-opplæring/oppfriskning

Champix

Nytteeffekter av antioksidanter

Kjernejournal – www.helsenorge.no

Informasjon-Motivasjon-Strategi-modellen

Compliance (Legemiddeletterlevelse)

Take Heart

Utholdenhetstrening

Bruk av antidiabetikum i kombinasjon med insulin.

Ryggplager

Ny veileder rehabilitering

7. Møter for RS-teamet

I tillegg til løpende kontakt mellom medlemmene i RS-teamet har vi gjennomført 7 formelle fellesmøter i løpet av 2015.

Feiring 16.02.2016

Hanne Aandstad

Ressurssenter for Hjerterehabilitering i Helse Sør-Øst